



Bruschette in insalata

[Del 31/08/2005 | Sezione: [Contorni](#) | Categoria: [Insalate &...](#)]

Ingredienti: per 4 persone: 100 g di carote novelle piccole, 500 g di patate novelle piccole, 100 g di fagiolini verdi, 100 g di taccole, 8 fettine di pane francese tipo baguette, 12 pomodorini a ciliegia, 50 g di insalata rucola, 1 cucchiaio di formaggio grana grattugiato, 1 cucchiaio di pinoli, 8 cucchiari di olio d'oliva, sale, pepe - per decorare: alcune foglie di insalata lattuga (foglie grandi)

Pulite e lavate le carote, le patate, i fagiolini e le taccole e cuocetele a vapore. I tempi: 10 minuti per le taccole e circa 15 minuti per le altre verdure. Tritate la rucola, dopo averla lavata e mondata. Unite il grana grattugiato e i pinoli tritati. Salate, pepate e aggiungete 4 cucchiari di olio. Abbrustolite sotto il grill del forno le 8 fettine di pane (vanno benissimo anche gli sfilatini o le pagnottine sottili). Spalmate ciascuna fetta con il pesto di rucola. Tagliate i pomodorini a spicchietti, metteteli sopra i crostini e completate con una macinata di pepe. Condite le verdure a vapore con 4 cucchiari di olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e sistematele su un grande piatto con le foglie di lattuga. Servite accompagnando con le piccole bruschette.

[[Versione PDF](#) | [Versione per la stampa](#) | [Segnala ad un amico](#)]